

Школа

МАОУ "СОШ с УИОП № 3"

Отд./корп

День

22.09.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Горошек консервированный	0.020		7.67	0.62	0	1.06
	1 блюдо		Суп-пюре из картофеля**	0.200		118.4	3.66	5.24	23.04
			Гренки из пшеничного хлеба**	0.010		18	0.59	0.07	3.91
	2 блюдо		Котлета из рыбы /минтай/ **	0.090		101.57	12.47	1.89	8.64
	соус		Соус овощной +	0.050		146.67	1.63	2.6	10.72
	гарнир		Вермишель отварная**	0.150		145	5.66	0.68	29.04
	напиток		Чай с лимоном**=	0.200\7		61	0.01	0	15.2
	хлеб		Хлеб пшеничный	1кус		57	2.03	0.03	11.65
	хлеб		Хлеб дарницкий	1кус		50	1.82	0.3	9.35
						75.50	705	28	11